



# 7月献立表



|           | 献立名                                                 | 材料名                                                                                                                   | 朝おやつ・午後おやつ                                                |
|-----------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 1<br>(水)  | ごはん<br>ハンバーグ<br>酢の物<br>味噌汁<br>くだもの                  | 米<br>牛挽肉・豚挽肉・玉葱・人参・かぼちゃ・なす・パン粉・牛乳・塩・ケチャップ<br>きゅうり・切干大根・ツナ・すりごま・酢・砂糖・薄口<br>玉葱・人参・しめじ・豆腐・にら・味噌                          | スティックビスケット<br><br>ミルキーラスク<br>食パン・バター・グラニュー糖<br>コンデンスミルク   |
| 2<br>(木)  | ごはん<br>鶏のレモン醤油焼き<br>おなか和え<br>冬瓜の味噌汁<br>くだもの         | 米<br>鶏肉・レモン果汁・砂糖・みりん・酒・醤油<br>キャベツ・人参・ハム・かつお節・醤油<br>冬瓜・玉葱・人参・えのき・油揚げ・ねぎ・味噌                                             | 芋けんぴ<br><br>塩焼きそば<br>焼きそば麺・豚肉・キャベツ・<br>もやし・薄口・塩・鶏がら・ごま油   |
| 3<br>(金)  | ごはん<br>魚のムニエル<br>サラダ<br>和風ポトフ<br>くだもの               | 米<br>鮭・塩・小麦粉・パセリ・バター<br>ブロッコリー・人参・ベーコン・酢・砂糖・薄口・ごま油<br>鶏肉・じゃが芋・玉葱・キャベツ・人参・エリンギ・刻み昆布・コンソメ・バター・薄口                        | アンパンマンビスケット<br><br>ボーロ<br>小麦粉・砂糖・油・バター                    |
| 4<br>(土)  | 醤油ラーメン<br>サラダ<br>くだもの                               | ちゃんぽん麺・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・もやし・しめじ・薄口・鶏がら・酒・塩・ごま油<br>ちくわ・きゅうり・大根・すりごま・醤油・砂糖                                                 | マンナビスケット<br><br>いちごロール                                    |
| 6<br>(月)  | ごはん<br>鶏の味噌塩麴焼き<br>サラダ<br>にゅうめん<br>くだもの             | 米<br>鶏肉・塩麴・生姜・にんにく・砂糖・酒・醤油・味噌<br>オクラ・ハム・コーン・きゅうり・かつお節・酢・ごま油・砂糖・薄口<br>えのき・玉葱・人参・葱・そうめん・薄口・塩                            | スティックビスケット<br><br>セタクッキー<br>小麦粉・生クリーム・<br>バター・砂糖          |
| 7<br>(火)  | カレーライス<br>ハンサンスー<br>チーズ<br>くだもの                     | 米・豚肉・玉葱・人参・南瓜・なす・トマト・ピーマン・カレールウ<br>春雨・きゅうり・人参・ハム・砂糖・薄口・酢・ごま油・すりごま<br>スティックチーズ                                         | 芋けんぴ<br><br>ゼリー                                           |
| 8<br>(水)  | ごはん<br>煮魚<br>梅納豆和え<br>味噌汁<br>くだもの                   | 米<br>鯖・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油<br>納豆・ほうれん草・キャベツ・人参・かつお節・梅干し・醤油・砂糖<br>玉葱・人参・なす・油揚げ・ニラ・えのき・味噌                                    | スティックビスケット<br><br>お好み焼き<br>小麦粉・キャベツ・葱・豚肉・長芋<br>油・お好みソース   |
| 9<br>(木)  | ごはん<br>鶏の照り焼き<br>栄養きんぴら<br>なめこ汁<br>くだもの             | 米<br>鶏肉・醤油・砂糖・みりん・酒・生姜・ごま油<br>鶏挽肉・ごぼう・人参・ちくわ・ピーマン・酒・薄口・砂糖・みりん・ごま<br>玉葱・人参・なめこ・豆腐・葱・味噌                                 | 芋けんぴ<br><br>ホットケーキ<br>ホットケーキミックス・ヨーグルト<br>牛乳・メープルシロップ・バター |
| 10<br>(金) | ごはん<br>ブルコギ風炒め<br>きゅうりとささみの中華サラダ<br>ねぎごまスープ<br>くだもの | 米<br>牛肉・にんにく・生姜・人参・玉葱・キャベツ・にら・砂糖・醤油・酒・ごま<br>ささみ・酒・きゅうり・キャベツ・わかめ・酢・砂糖・醤油・ごま・ごま油<br>キャベツ・春雨・豚挽肉・ねぎ・生姜・ごま・酒・醤油・鶏がら       | マンナビスケット<br><br>梅マヨおにぎり<br>米・梅干し・マヨドレ・ごま・<br>塩昆布          |
| 11<br>(土) | 中華丼<br>中華スープ<br>くだもの                                | 米・豚肉・玉葱・人参・キャベツ・たけのこ・しめじ・鶏がら・塩・酒・薄口・ごま油<br>豆腐・もやし・玉葱・えのき・葱・醤油・鶏がら                                                     | クラッカー<br><br>りんごジャムパン                                     |
| 13<br>(月) | ごはん<br>レバーのかりんとう<br>酢の物<br>味噌汁<br>くだもの              | 米<br>鶏レバー・片栗粉・油・酒・砂糖・醤油・ごま<br>きゅうり・トマト・ツナ・かつお節・酢・砂糖・薄口<br>玉葱・人参・豆腐・しめじ・葱・味噌                                           | チーズ<br><br>フレンチトースト<br>食パン・砂糖・牛乳・バター<br>メープルシロップ          |
| 14<br>(火) | ごはん<br>魚のマヨポン焼き<br>ピーマンきんぴら<br>塩豚汁<br>くだもの          | 米<br>鮭・みりん・酒・醤油・ポン酢・マヨドレ・しそ<br>切干大根・ピーマン・人参・ベーコン・醤油・砂糖・みりん・ごま・ごま油<br>豚肉・ズッキーニ・じゃが芋・油揚げ・人参・ごぼう・こんにゃく・葱・塩・酒・みりん・鶏<br>がら | スティックビスケット<br><br>フルーツヨーグルト<br>ヨーグルト・桃缶・みかん缶・<br>バナナ      |
| 15<br>(水) | ごはん<br>肉じゃが<br>ゆかり和え<br>味噌汁<br>くだもの                 | 米<br>牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・白滝・インゲン・みりん・砂糖・醤油・薄口<br>キャベツ・人参・切干大根・ツナ・ゆかり<br>玉葱・人参・油揚げ・エリンギ・オクラ・味噌                               | 芋けんぴ<br><br>マカロニきな粉<br>マカロニ・きな粉・砂糖・塩                      |

|           | 献立名                                                                                                                  | 材料名                                                                                                                                                            | 朝おやつ・午後おやつ                                                                                                                            |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16<br>(木) | ごはん<br>鶏の味噌マヨ焼き<br>ひじきの煮物<br>すまし汁      くだもの                                                                          | 米<br>鶏肉・味噌・みりん・砂糖・マヨドレ<br>ひじき・人参・油揚げ・白滝・醤油・砂糖・みりん・酒・ごま油<br>麩・玉葱・人参・えのき・豆腐・葱・薄口・塩                                                                               | スティックビスケット<br><br>クラッカーサンド<br>クラッカー・いちごジャム                                                                                            |
| 17<br>(金) | ごはん<br>豆腐ラザニア<br>サラダ<br>スープ      くだもの                                                                                | 米<br>豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・なす・トマト・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ<br>砂糖・ピザチーズ・バター<br>キャベツ・人参・切干大根・ツナ・酢・砂糖・薄口・ごま油<br>玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・ねぎ・コンソメ・塩                                         | アンパンマンビスケット<br><br>たぬきむすび<br>米・天かす・麺つゆ・のり                                                                                             |
| 18<br>(土) | ねぎ塩豚丼<br>中華スープ<br>くだもの                                                                                               | 米・豚肉・キャベツ・葱・もやし・醤油・酒・ごま油・にんにく・鶏がら・塩・片栗粉<br>豆腐・もやし・玉葱・えのき・葱・醤油・鶏がら                                                                                              | マンナビスケット<br><br>あんぱん                                                                                                                  |
| 20<br>(月) |                                                                                                                      | 海 の 日 （ 祝 日 休 園 ）                                                                                                                                              |                                                                                                                                       |
| 21<br>(火) | ★誕生会<br>とうもろこしごはん<br>鶏の照り焼き<br>元気サラダ<br>味噌汁      くだもの                                                                | 米・とうもろこし・酒・塩・醤油・みりん・バター<br>鶏肉・醤油・砂糖・みりん・酒・生姜・ごま油<br>キャベツ・きゅうり・人参・ハム・コーン・トマト・かつお節・砂糖・酢・薄口・油・塩昆布<br>玉葱・人参・油揚げ・さつま芋・えのき・葱・味噌                                      | スティックビスケット<br><br>麩のラスク<br>麩・無塩バター・グラニュー糖                                                                                             |
| 22<br>(水) | ごはん<br>麻婆なす<br>中華きゅうり<br>なめこスープ      くだもの                                                                            | 米<br>豚挽肉・なす・玉葱・人参・にら・生姜・にんにく・味噌・酒・醤油・鶏がら・片栗粉・ごま油<br>きゅうり・醤油・塩昆布・ごま・ごま油<br>なめこ・人参・玉葱・絹ごし豆腐・わかめ・鶏がら                                                              | アンパンマンビスケット<br><br>おばけのクッキー <br>小麦粉・生クリーム・バター・砂糖 |
| 23<br>(木) | ごはん<br>焼き肉炒め<br>チョレギ風サラダ<br>味噌汁<br>くだもの                                                                              | 米<br>豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ニラ・ピーマン・にんにく・生姜・焼肉のたれ・醤油・砂糖<br>キャベツ・人参・ちくわ・醤油・ごま油・ごま・のり<br>玉葱・人参・油揚げ・しめじ・葱・味噌                                                               | マンナビスケット<br><br>和風トースト<br>食パン・葱・麺つゆ・マヨドレ<br>のり・ごま油・ピザチーズ                                                                              |
| 24<br>(金) | ごはん<br>魚の竜田揚げ<br>和え物<br>味噌汁<br>くだもの                                                                                  | 米<br>鯖・醤油・酒・みりん・生姜・片栗粉・油<br>きゅうり・切干大根・ハム・すりごま・醤油・砂糖<br>玉葱・人参・油揚げ・じゃが芋・えのき・わかめ・味噌                                                                               | スティックビスケット<br><br>ハートパイ<br>パイシート・グラニュー糖                                                                                               |
| 25<br>(土) | ハヤシライス<br>サラダ<br>くだもの                                                                                                | 米・牛肉・玉葱・人参・しめじ・ハヤシルウ<br>キャベツ・竹輪・酢・ごま油・薄口・砂糖                                                                                                                    | クラッカー<br><br>芋パン                                                                                                                      |
| 27<br>(月) | ごはん<br>鶏のバーベキューソース<br>塩昆布和え<br>味噌汁<br>くだもの                                                                           | 米<br>鶏肉・ケチャップ・ウスターソース・砂糖・みりん<br>キャベツ・オクラ・人参・ハム・塩昆布・ごま<br>冬瓜・えのき・玉葱・油揚げ・人参・わかめ・味噌                                                                               | スティックビスケット<br><br>ツナカレーおにぎり<br>米・ツナ・人参・塩・カレー粉・<br>パセリ粉・コンソメ                                                                           |
| 28<br>(火) | ごはん<br>のり塩からあげ<br>酢の物<br>味噌汁      くだもの                                                                               | 米<br>鶏肉・酒・塩・和風だし・にんにく・生姜・片栗粉・油・青のり<br>ツナ・オクラ・人参・すりごま・酢・砂糖・薄口<br>玉葱・人参・油揚げ・しめじ・キャベツ・味噌                                                                          | マンナビスケット<br><br>さつまいももち<br>さつまいも・米粉・油・きな粉・塩                                                                                           |
| 29<br>(水) | ごはん<br>豆腐の中華煮<br>ナムル<br>中華スープ<br>くだもの                                                                                | 米<br>豆腐・豚肉・人参・たけのこ・エリンギ・キャベツ・にんにく・鶏がら・砂糖・醤油・ごま油<br>もやし・きゅうり・わかめ・ごま油・醤油・ごま<br>しめじ・春雨・葱・玉葱・醤油・鶏がら                                                                | アンパンマンビスケット<br><br>塩むすび<br>米・のり・塩                                                                                                     |
| 30<br>(木) | ごはん<br>魚の塩麴焼き<br>切り干し大根の煮物<br>味噌汁      くだもの                                                                          | 米<br>鯖・塩麴・生姜・にんにく・砂糖・酒・醤油<br>切干大根・人参・油揚げ・こんにゃく・豚肉・砂糖・みりん・酒・醤油・薄口・ごま油<br>玉葱・人参・油揚げ・さつま芋・えのき・葱・味噌                                                                | スティックビスケット<br><br>とうもろこし <br>とうもろこし・塩            |
| 31<br>(金) | ソース焼きそば<br>中華きゅうり<br>チーズ <br>くだもの | 焼きそば麺・豚肉・もやし・キャベツ・人参・玉葱・エリンギ・油・焼きそばソース<br>きゅうり・醤油・塩昆布・ごま・ごま油<br>スティックチーズ  | スティックビスケット<br><br>じゃが丸くん<br>じゃがいも・片栗粉・マヨドレ・<br>塩・ピザチーズ・のり                                                                             |

※未満児は朝おやつ・午後おやつ、以上児は給食・午後おやつの際に牛乳を提供しています  
☆献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください  
☆マヨネーズは卵不使用のものを使用しています